# LIBELLO
# PER CONSERVARE LA SANITÀ

CON UNA RICETTA INEDITA

DI

**MAESTRO TADDEO DA FIRENZE**

VOLGARIZZATO

NEL BUON SECOLO DELLA LINGUA

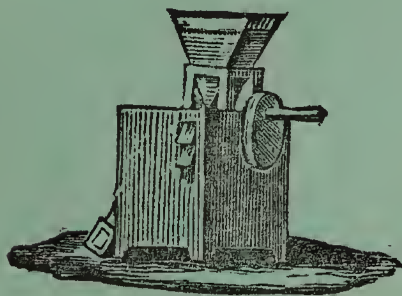
ALLEGATO

NEL VOCABOLARIO DELLA CRUSCA

ORA RIMESSO IN LUCE

DAL CAV. ABATE

GIUSEPPE MANUZZI



Il più bel fior ne coglie

FIRENZE
TIPOGRAFIA DEL VOCABOLARIO
diretta da G. Polverini

1863


22501691899

# LIBELLO
# PER CONSERVARE LA SANITÀ

CON UNA RICETTA INEDITA

DI

**MAESTRO TADDEO DA FIRENZE**

VOLGARIZZATO

NEL BUON SECOLO DELLA LINGUA

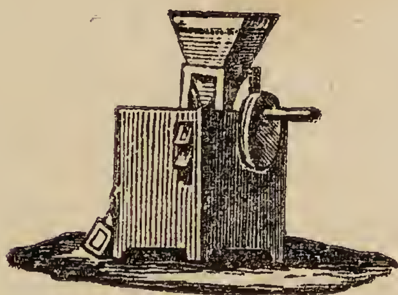
ALLEGATO

NEL VOCABOLARIO DELLA CRUSCA

ORA RIMESSO IN LUCE

DAL CAV. ABATE

**GIUSEPPE MANUZZI**



Il più bel fior ne coglie

FIRENZE
TIPOGRAFIA DEL VOCABOLARIO
diretta da G. Polverini

1863

Edizione di LXX esemplari.

# LIBELLO PER CONSERVARE LA SANTÀ[1] DEL CORPO, FATTO E COMPOSTO PER MAESTRO TADDEO DA FIRENZE DOTTORE DI MEDICINA IN BOLOGNA.

Imperocchè la condizione del corpo umano è passibile e mutevole,[2] non servando la compressione e consistenzia la quale ebbe dal principio del suo nascimento, fue di necessità e mestieri[3] di trovare iscienzia e arte, per la quale in santà lo corpo[4] dell'uomo si conservi. E però, mosso a' prieghi d'alcuno mio amico, e anche per utilità comune[5] d'ogni uomo, il quale vive[6] a costume delle bestie, e per conservazione della santà e della vita, propuosi in me medesimo di ritrarre de'detti e de'libri degli antichi Filosafi questo libello, come appresso dirò.

Ecco che ti scrivo a te, amico carissimo, acciocchè[7] tu disideri di conservare la tua vita in santà, e dimettere[8] ed ischifare molti pericoli e malizie del corpo tuo; e però attendi con diligenzia questi ammunimenti, tratti de' libri di medicina.

Quando ti levi la mattina del letto, distenderai alquanto[9] le tua[10] membra, perchè la natura ne prende conforto, e il naturale caldo se ne conforta, e fortifica le membra.

Anche ti pettinerai il capo, però che pel pettinare la forfora del capo se ne dissolve, e per quello dissolvere il celabro se ne allevia.

1 Lo stesso che *sanità ;* ma è voce del tutto dismessa.

2 *passivile* e *mutevile.* A. Voci antiche mancanti ai Vocabolarii.

3 *mestieri.* A. *mistieri.* C. *maestro.* Test. Andr.

4 *la natura del corpo.* A.

5 *comunale.* A.

6 Così A. *i quali vivono.* Test. Andr.

7 Qui *acciocchè* vale *poichè,* e ne abbiamo molti esempi negli antichi.

8 *e di vitare.* B. C.

9 *alquanto,* manca al Test. Andr.

10 *le tue.* Stamp.

Anche le mani e la faccia ti laverai con l'acqua fresca, perchè ti faccia[1] buono e chiaro colore, e il calore naturale se ne conforta.

Anche mondifica e netta lo tuo naso, e il petto spurgandoti, e i denti nettando, perchè lo stomaco e 'l petto se n'alleva, e la loquela diviene più spedita. Nettando i denti e gengie con corteccie d'alberi caldi e secchi di sapore, lo tuo fiato ne diventerà buono e odorifero, e'denti e le gengie da ogni sozzura si purgheranno.[2] E alle volte ti farai soffumicamenti al celabro di cose preziose, cioè[3] al tempo di caldo, di cose frigide, cioè di rose, sandali e simile cose[4]; e al tempo frigido, di cose calde; cioè cennamo, gherofani, mirra, legno aloè, e simili cose. E questa cotale soffumicazione[5] aprirà le tua nari e il celabro, e non lascerà incattivire, nè incanutire i capelli, e ingrasserà la tua faccia.

Anche adornerai la tua persona di begli vestimenti, perocchè l'animo se ne rallegrerà; e andrai masticando finocchio, anici[6], gherofani, perchè lo stomaco se ne conforta, e faratti buono appitito a mangiare, e rende buon fiato: ovvero userai degl' infrascritti lattovari, che ti torranno la ventusità[7] e la malinconia, cioè diamargaritone, diambra, rosata novella, diantos, e simile cose.

Dopo queste cose affaticherai il corpo, come se'usitato, e quello con temperanza, perchè la fatica adopera molta virtù, conforta lo calore naturale, e le superfruità[8] si consumano anzi mangiare.[9]

1 *ti farà.* A.

2 *e' denti e le gengie da ogni sozzura si purgheranno.* Così A. B. C. Queste parole mancano nel T. Andr.

3 *cioè* manca al T. Andr., e così appresso.

4 *e simile cose,* manca al T. Andreini. Lo hanno A. B. C. *simile* per *simili* è uscita antica, come *utile* e *vile,* per *utili* e *vili,* ed altre simili, che si leggono in fra Giordano, e in altri.

5 *E questo cotale suffumicamento.* B.

6 *anici* anche A. e B. *anisi* la St.

7 *ventosità.* A. B. St.

8 *le superfluità del corpo.* A.

9 *e così è utilissimo affaticare lo corpo anzi mangiare.* A.

Quando t'appressi all' ora del mangiare è utilissimo invitare il ventre di votare le[1] superfruità, perchè l'appetito se n'aguzza e lo stomaco se n' allevia. Comincerai in prima a mangiare i cibi che più s' accozzano[2] alla tua natura, perchè meglio si smaltiscono; come la carne del bue si confà più a uno, che a un altro non farà i polli, perchè un medesimo cibo farà a uno bene, e a un altro male, perchè alcuni sono soluti, e alcuni stitichi.

E naturalmente quegli cibi, che miglior sono, che generano miglior sangue, e che più tosto si smaltiscono, che[3] l' umana natura si conforta, sono questi; cioè carne di castrone, vitella di latte, cavretti, porci giovani; e degli uccelli, pernici,[4] fagiani, capponi, galline, e altri uccelli di montagne; perchè gli uccelli di paduli son pessimi, e a gran fatica si smaltiscono. L'uova delle galline sono ottime e generano fine sangue. I pesci d'acqua corrente sono ottimi, e simile pesce marino. E'cavoli verdi, non troppo cotti, sono buoni, perchè il brodo loro è ottimo e sulutivo, e produce l'orina fine.[5]

Il pane fa' sia bene lievito e ben cotto in forno, e nollo mangerai il dì che è cotto; mangialo che sia cotto di un dì, perchè fa miglior sangue. Lo vino che berrai, sia odorifero e di colore d' oro, di sapore soave, e su vi metterai alcuna cosa d' acqua, perchè è migliore e meglio discorre per lo corpo.

Quando mangi o bei, mangia consolato, e mastica bene, tanto che sia liquido, perchè è più leggiere a digestire; e non volere fare come molti, che a ogni[6] bocconi beono; ma, quando hai mangiato, bei quanto ti fa

1 *è utilissimo votare il ventre delle superfluità.* A. B.

2 *s'accostano.* A. B.

3 cioè *de' quali.* Il *che* usato negli obbliqui col segnacaso o colla preposizione sottintesa, non è raro negli antichi.

4 Così A. e B. *perdici.* C.

5 *e fa lo ventre soluto e produce l'orina ordinata.* A. B. St.

6 *ogni,* accordato col numero del più, è uso antiquato.

mire fa migliore digestione, e il calore naturale meglio se ne conforta e conserva, e la tua condizione torna al pristino istato. E quando dormi tieni bene coperto il capo, e molto sollevato; e prima ti riposa sopra il lato ritto, e ivi a poco ti volgi in sul manco; e poi, a compiere il sonno, ritorna in sul lato ritto.

Imperocchè gli tempi dell'anno[1] in ordinazione de' cibi, e in conservazione della santà agli umani corpi molto aiuto danno; e ciò perchè il tempo è distinto in quattro parti, cioè primavera, istate, autunno[2] e verno. Onde dalla primavera, siccome dal più nobile tempo, cominciamo, e imparerai queste cose, da che ti convien guardare, come tu debba la condizione del tuo corpo conservare, guardare e governare.

La primavera comincia a mezzo marzo,[3] e dura insino a mezzo giugno, e la natura di questo tempo è temperata e di molto utole[4] a ogni età, ma più a' fanciulli per la similitudine della compressione loro, però che in questo tempo, per lo passamento del verno, sogliono gli umani corpi avere molte infermitadi, e, per la state che seguita, sogliono le infermitadi discorrere[5] per lo corpo.

Ammuniscoti, amico, che la condizione del tuo corpo in questo modo debbi confortare. Prima, che in questo tempo della primavera tu mangi poco, e cibi che tosto si patischino: ciò è castrone, cavretti, starne, fagiani, polli, e cucina[6] di bietole, di borrana,[7] e brodo di ceci, e simile cose ti conforta. E poco mangia, perchè in questo tempo i corpi sono ripieni d' omori, però no ti riempiere di molti cibi.

1 *anno*, leggo colla Stamp. e col Cod. A. B. Il Test. Andr. ha *uomo*.

2 *altunno*. B.

3 *maggio* ha erratamente il Test. Andr.

4 cioè *utile*, voce antica e del tutto dismessa.

5 *discoprire*. Test. Andr.

6 *cocina*. C. *cina*. St.

7 *burraggine*. A. B.

Ancora userai fatica temperatamente, perchè torrà ogni superfruità, e con debito fine la consumerà. Ancora no lasciare che la mattina tu non ti levi per tempo, e fa'che tu ti ispurghi lo petto e lo stomaco per frebotomia,[1] e in farti iscemar sangue, e anche per votamento del ventre, a cagione che la state che viene, non ti truovi ripieno d' omori.

Ancora in questo tempo userai con la donna, perchè il tempo è molto generativo per avere figliuoli. E per levare la mattina per tempo la mente se ne rallegra, e l'animo e 'l corpo molto se ne conforta.

Dopo il tempo della primavera segue la state, il cui principio è a mezzo giugno, e dura per insino a mezzo settembre, nel qual tempo e caldo e secco, la condizione è molto stemperata, e però moltitudine di collora s' ingenerano ne' corpi. Userai ispesso lo vomito, perchè purga lo celebro, e 'l corpo se ne allieva. Userai cibi e beveraggi acetosi e umidi e frigidi, come la lattuga, bietole, borrane che consumono le collore. Userai carne di cavretto, di vitella di latte, polli; e guarti da agli ed agrumi,[2] e da cibi caldi e secchi, e non userai troppe spezierie.[3]

Anco ti consiglio di non ti affaticare troppo il corpo, e che ti guardi da lussuria, perchè usandola troppo in quel tempo, disecca il corpo e indebolisce la vertù naturale. Ispesso bagnerai il corpo in acque dolci, cioè in bagni: e spesso ti lava le mani e 'l volto con l'acqua fresca, e dormirai in luogo temperato, col capo ben coperto. Questo tempo è ottimo alle femmine e a'vecchi di compressione frigida, ma agli uomini caldi e secchi è pessimo, però che ispesso gli fa incorrere in febbre[4] agutissime e pessime, e sostenere molte angoscie.

1 *flobotomia.* A. B. *flofotomia.* C.
2 *guardati da agliate.* A. C.
3 *e non mangiare le cose troppo impepate.* A. B. *impeperate.* St.
4 *febbre,* nel numero del più, per *febbri,* viene da *febbra,* usato da Fr. Guittone, e da molti altri antichi scrittori.

Seguita poi lo tempo autunnale che comincia a mezzo settembre, e dura insino a mezzo dicembre. Questo tempo è molto contrario a'corpi umani per la ria condizione della sua compressione, perchè ingenera molta malinconia, e molta febbre, e però ti conviene in cotale modo sapere guardare lo tuo corpo, e cotale dieta fare.

In prima mangerai cibi leggieri da smaltire presto, e che generano buon sangue, e userai buon vini, e guarti di mangiare cavoli, carne di bue, o di vacca, perchè generano molta malinconia: e simile ti guarda da frutte che siano in quel tempo, perchè generano pessime infermità.[1]

Anche in questo tempo ti guarda di dormire in luogo frigido, o col capo scoperto, perchè in questo tempo iscende il catarro a' denti e al petto e al polmone, e di ciò si cria[2] pessime infermità.[3]

Il quarto tempo si è il verno, che comincia a mezzo dicembre, e dura insino a mezzo marzo; e la sua natura è molto frigida e umida; e a questo tempo si generano molte infermità; e però ti guarda da' cibi frigidi e umidi; ciò è da porco, da pesce, e da lattuga, e da simile cose, perchè generano molta flemma. Userai cibi caldi e secchi, però che il calore naturale è ristretto dentro dal corpo per lo freddo di fuori, ed è più forte d' intorno al quore[4] e allo stomaco; e puoi mangiare più cibo che negli altri tempi, perchè meglio si smaltisce per lo calore. Questo tempo è utole[5] agli uomini caldi; e alle femmine e a' vecchi e a' fanciulli, che sono di compressione frigida e umida, è contradio.

1 Questo capitoletto manca alla St.
2 *creano*. A. B.
3 *infertà*. A. B. *infermetà*. St.
4 *quore*, per *cuore*, trovasi spesso negli antichi.
5 *utile*. Stamp.



*Polvere mirabile, la quale compuose il Maestro Taddeo da Bologna.*

Polvere, la quale compuose il Maestro Taddeo da Bologna; la quale è provata a distruggere e a consumare del corpo dell'uomo e della femmina tutt'i malvagi e pessimi omori. Vale ancora questa polvere contra difetto di viso, e contra scotomia, e contra dolore articulorum, e contra dolore di stomaco, se 'l cibo preso non può digestere. Vale ai membri, fae buona memoria. Vale contro gotti di tutto il corpo e de' membri. Vale contro dolore di reni, contro a dolore di stomaco e del cuore, e contro a dolore de' lombi. Vale ancora contra a vizio di pietra, e fae li uomini di buona volontade, e di buona disposizione. Assottiglia lo 'ngegno, e caccia la malinconia. Togli seme delle infrascritte erbe. Carvi, ameos, anici, pietrosellini, appio, finocchio, silermontano, comino, bassilico, millii solis, ginestra, indivia, isopo, eufragia, sassifragia; di ciascuna once mezza. Poleggio, calamento, pepe, salgemma; di catuno la quarta parte d'una dramma. Noci, cubebe, zettovario, cardamone, mastrice, mirra, centrongalli, cioè seme di schiarea, balsamite, isquinanti, brettonica, salvia, calamandrea; di ciascuna once mezza. Folii levistici, regolizia, garofani, cannella, mirabolani citrini, galanga, zafferano, spico, maiorana; di catuna dramme due. Di quattro generazioni di mirabolani, indi, chebuli, bellirici, embrici; di ciascuno oncia mezza. Zucchero libbra mezza. Tutte queste cose si vogliono pestare sottilmente e farne polvere: e della detta polvere usi continuamente ciascun giorno innanzi cibo, in cibo, e dopo cibo. Provata cosa è.

# TAVOLA

delle voci allegate nel Vocabolario della Crusca sotto le abbreviature di *Zibald. Andr.*, e di *M. Aldobrand.*, e di altre che vi si desiderano, appartenenti a questo libello, ed alla ricetta, le quali si riportano alle pagine della presente pubblicazione.

AMEOS. *Pianta della famiglia delle ombrellifere, la cui più comune specie è quella che produce un seme di questo nome. M. Tadd. Ricett.* Togli seme delle infrascritte erbe : carvi, ameos, anici, pietrosellini, appio, finocchio, ec. *pag.* 9.

AUTUNNALE. *Add. d'Autunno. M. Tadd. Libell. San.* Seguita poi lo tempo autunnale, che comincia a mezzo settembre, *pag.* 8.

BALSAMITE. *Sorta d' erba, detta anche erba Santamaria o erba amara. M. Tadd. Ricett.* Togli seme di schiarea, balsamite, isquinanti, ec. *pag.* 9.

CARVI. *Specie di pianta della Pentandria diginia, i cui semi hanno un odore aromatico, ed in medicina sono stimolanti. M. Tadd. Ricett.* Togli seme delle infrascritte erbe : carvi, ameos, anici, pietrosellini, appio, finocchio, ec. *pag.* 9.

CENTRONGALLI *V. A. Seme di Schiarea. M. Tadd. Ricett.* Togli seme delle infrascritte erbe, centrongalli, cioè seme di schiarea, balsamite, isquinanti, ec. *pag.* 9.

CONSOLATO. § *Talora ha forza d' avverbio. Fare checchessia consolato, vale Imprendere a fare checchessia con agio, o senza molto affaticarsi. M. Tadd. Libell. San.* Quando mangi o bei, mangia consolato, e mastica bene, *pag.* 3.

DIGESTERE. *V. A. Digestire, Digerire. M. Tadd. Ricett.* Vale ancora questa polvere ec. contro dolore di stomaco, se 'l cibo preso non può digestere, *pag.* 9.

EUFRAGIA. *Specie di erba di vaghe fogliuzze, amaretta al gusto. M. Tadd. Ricett.* Togli ginestra, indivia, isopo, eufragia, sassifragia; di ciascuna once mezza, *pag.* 9.

GHEROFANO. *Garofano. M. Tadd. Libell. San.* Farai suffumicamenti al celabro . . . al tempo frigido di cose calde ; cioè cennamo, gherofani, mirra, ec. *pag.* 2.

LIEVITO. *Add. Lievitato. M. Tadd. Libell. San.* Il pane fa' sia bene lievito, e ben cotto in forno, *pag.* 3.

PASSIBILE. *Add. Atto a patire. M. Tadd. Libell. San.* La condizione del corpo umano è passibile, *pag.* 1.

SANDALO. *Legno duro, odoroso, e di differenti colori, che a noi è portato dall' Indie. M. Tadd. Libell. San.* Alle volte farai suffumica-

menti al celabro di cose preziose, cioè al tempo di caldo di cose frigide, cioè di rose, sandali e simili cose, *pag.* 2.

SCOTOMIA. *Vertigine tenebrosa, con difficoltà di reggersi in piedi. M. Tadd. Ricett.* Vale ancora questa polvere contro difetto di viso, e contro scotomia, *pag.* 9.

SOLUTO. § *Add. Che ha con facilità il benefizio del corpo; contrario di Stitico. M. Tadd. Libell. San.* Un medesimo cibo farà a uno bene, e a un altro male, perchè alcuni sono soluti, e alcuni stitichi, *pag.* 3.

STITICO. *Add. Che ha con difficoltà il benefizio del corpo. M. Tadd. Libell. San.* Un medesimo cibo farà a uno bene, e a un altro male, perchè alcuni sono soluti, e alcuni stitichi, *pag.* 3.

---

# AVVERTENZA

Taddeo fiorentino sommo maestro in medicina, per la sua perizia fu soprannominato TADDEO IPOCRATISTA. Fiorì nel secolo XIII, e compose in latino molte opere riguardanti la sua scienza, e tra esse quest'aureo Trattatello *de conservanda sanitate,* che poi fu volgarizzato da anonimo nell' aureo secolo della nostra lingua. Si conoscono varii Codici di questo volgarizzamento nelle biblioteche fiorentine, ma primeggia il testo a penna, che fu già di Andrea Andreini, quindi passò nella libreria del Convento dell' Annunziata, ed ora si conserva nella Laurenziana, segnato col numero 148 *bis* con altri trattati uniti insieme, componenti il così detto *Zibaldone Andreini.* Di alcuni di essi fecero uso gli antichi Accademici della Crusca, e segnatamente di questo, cui aveva in animo di ripubblicare il ch.º Manuzzi di compianta memoria, e che poi non eseguì mai, perchè tutto occupato nell'opera del suo Vocabolario. Il primo a mettere in luce quest' aureo trattatello fu il benemerito Zambrini pe' tipi del Galeati, Imola, 1852, e lo esemplò sopra un codice Magliabechiano del Sec. XIV, segn. Palch. 2, n. 146. Questo codice sembra una copia del

mentovato codice Laurenziano, fatta in tempi posteriori, ammodernato in alcune voci, e in varii passi imperfetto. Per questi difetti riconosciutivi dallo stesso Zambrini, ei consigliava il celebre Puccinotti a dare la preferenza al codice Laurenziano, siccome più antico e più autorevole, spesso citato dalla Crusca, e non da altri sino allora pubblicato. Ei lo diè infatti per il primo alla luce, inserendolo nella sua antica grafía tra i Documenti della sua storia della Medicina, che comparve in pubblico in Livorno nel 1856. Il Manuzzi seguì questa stampa riducendola alla moderna grafía, e la collazionò con tre codici contrassegnandone le varianti a piè di pagina con le iniziali A. B. C., e vi aggiunse pur le varianti della stampa Zambrini. Per opera pure del Manuzzi si legge in fine una Ricetta di Maestro Taddeo, già citata dagli antichi Accademici sotto l'abbreviatura di *M. Aldobrand.*, e la trasse dal predetto *Zibaldone Andreini.*

Nel condurre a termine il lavoro lasciato imperfetto dal Manuzzi, credei bene a comodo degli studiosi di porre in fine la Tavola delle voci citate dagli antichi Accademici colle abbreviature *Zibald. Andr.* e *M. Aldobrand.*, riducendole alle pagine di questo Trattatello, che è il primo a dar precetti d' igiene.

L. Razzolini.

Questo, e i seguenti Opuscoli di Crusca, pubblicati per cura del Prof. Ab. Giuseppe Manuzzi, trovansi vendibili dal Librajo Luigi Gonnelli, Via Ricasoli, N.° 6, Firenze, al prezzo di L. 20,00 ciascuno, in carta comune; L. 25,00 in carta distinta, e L. 35,00 in pergamena.

*Libro degli adornamenti delle donne.*
*Libro delle segrete cose delle donne.*
*Libro della cura delle malattie.*
*Libro di sentenze.*
*Libro della cura delle febbri.*
*Storia di Tobia e Tobiolo e della Cintola di M. V. che si conserva in Prato.*
*Trattato dei cinque sensi dell' uomo.* *

* Questo, per ora, non è fra i citati dall' Accademia della Crusca.